



ثابت عن أنس عن أبي طلحة قال: رفعت رأسي يوم أحد فجعلت ما أرى أحدا من القوم إلا وهو يميل تحت جُحفته من النعاس . وقال عبد الله بن الزبير عن أبيه الزبير بن العوام لقد رأيتني مع رسول الله صلى الله عليه وسلم حين اشتد علينا الحرب، أرسل الله علينا النوم والله إني لأسمع قول معتب بن قشير والنعاس يغشاني ما أسمعُه إلا كالحلم.<sup>1</sup>

قال محمد سيد طنطاوي: كلمة النعاس أي الفتور في أوائل النوم ومن شأنه أن يزيل عن الإنسان بعض متاعبه ولا يغيب صاحبه فلذلك كان أمانة لهم : لأنه لو كان نوما ثقيلا لهاجمهم المشركون . ثم أنزل عليكم - أيها المؤمنون - بعد أن أصابكم من الهم والغم ما أصابكم ، أمنا كان مظهره نعاسا اطمأنت معه نفوسكم واستراحت معه أبدانكم من غير فزع ولا قلق ، وكان هذا الأمان والاطمئنان لطائفة معينة منكم أخلصت جهادها لله ، وخافت مقام ربها ونهت نفسها عن الهوى.<sup>2</sup>

يأمر الله سبحانه وتعالى على عبده المؤمنين بصفة توكل على الله من شريعته قبل النوم كخلق الباب، إطفاء المصباح، يتوضأ كما في الحديث: وروينا عن أبي أمامة رضي الله عنه ، قال : سمعت النبي صلى الله عليه وسلم يقول : " من أوى إلى فراشه طاهرا ، وذكر الله عز وجل حتى يدركه النعاس لم يقلب ساعة من الليل . يسأل الله عز وجل فيها خيرا من خير الدنيا والآخرة إلا أعطاه إياه".<sup>3</sup>

والإستغفار عن الذنوب كما في الحديث: وعن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه ، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " من قال حين أوى إلى فراشه : أستغفر الله الذي لا اله إلا هو الحي القيوم وأتوب إليه ثلاث مرات غفر الله تعالى له ذنوبه وإن كانت مثل زبد البحر ، وإن كانت عدد النجوم ، وإن كانت عدد رمل عالج ، وإن كانت عدد أيام الدنيا ".<sup>4</sup>

1 أبو محمد الحسين بن مسعود البغوي، معالم التنزيل، (بيروت: دار طيبة للنشر والتوزيع، للطبعة الرابعة 1417 هـ) ج2، ص.

2 محمد سيد طنطاوي، التفسير الوسيط، (المكتبة) ج1، ص. 771

3 محيد الدين ابى زكريا يحيى بن شرف النووي، الأنكار النووية (بيروت: دار الفكر ، بدون التاريخ) ص 79

4 محيد الدين ابى زكريا يحيى بن شرف النووي، نفس المرجع ، ص. 77.



قال ابن عباس: المتزمل يعني به النبي صلى الله عليه وسلم قد تزمل بثيابه ليلبسها للصلاة ، قم نصف الليل للصلاة ، من النصف إلى الثلث على النصف إلى الثلثين فخيره في قيام الليل ، اقرأ القرآن على رسلك وهينتك وتودة ووقار تقرأ آية وآيتين وثلاثاً ثم كذلك حتى تقطع ، سنزل عليك جبريل بكلام شديد بالأمر والنهي والوعد والوعيد والحلال والحرام ويقال عظيماً ويقال ثقيلاً على من خالفه ويقال ثقيلاً بصلاة الليل ، قيام الليل بالصلاة ، نشاطاً للرجل إذا كان محتسباً للصلاة ويقال أرق وأرفق للقلب ، أبين قراءة للقرآن وأثبت ، فراغاً طويلاً لقضاء حوائجك ، صل بأمر ربك ويقال اذكر توحيد ربك ، أخلص لله إخلاصاً في صلاتك ودعائك وعبادتك ، هو الله ، فاعبده رباً ويقال فاتخذة كفيلاً فيما وعدك من النصر والدولة والثواب.<sup>7</sup>

قال محمد سيد طنطاوي : وقيام الليل كان واجباً في حقه صلى الله عليه وسلم بصفة خاصة ، زيادة على الصلاة المفروضة. أخرج البيهقي في سننه عن عائشة أن النبي صلى الله عليه وسلم قال : " ثلاث هن على فرائض ، وهن لكم سنة : الوتر ، والسلوك ، وقيام الليل "<sup>8</sup>

مكث النبي صلى الله عليه وسلم على هذا الحال عشر سنين يقوم الليل كما أمره الله ، وكانت طائفة من أصحابه يقومون معه ، فأنزل الله عليه بعد عشر سنين: ( إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِن ثُلُثِي اللَّيْلِ وَنِصْفَهُ وَطَائِفَةٌ مِّنَ الَّذِينَ مَعَكَ )... إلى قوله: ( وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ ) فخفف الله عنهم بعد عشر سنين.

حدثنا ابن حميد، قال: ثنا يحيى بن واضح عن الحسين، عن يزيد، عن عكرمة والحسن، قالوا قال في سورة المزمل ( فَمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا نِصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا ) نسختها الآية التي فيها: ( عَلِمَ أَنْ لَنْ تُحْصَوْهُ فَتَأْتِيكُمْ فَافْرَعُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ ) حدثنا ابن عبد الأعلى، قال: ثنا ابن ثور، عن معمر، عن قتادة ( فَمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا ) قاموا حولاً أو حولين حتى انتفخت سوقهم وأقدامهم، فأنزل الله تخفيفاً بعد في آخر السورة.

<sup>7</sup> ابن عباس ، تنوير المقياس من تفسير ابن عباس (المكتبة) ج 2 ، ص. 113

8 محمد سيد طنطاوي، التفسير الوسيط، (المكتبة) ج 1، ص. 2663

حدثنا ابن حميد، قال: ثنا مهران، عن سفیان، عن قيس بن وهب، عن أبي عبد الرحمن، قال: لما نزلت: (يَا أَيُّهَا الْمُزَّمِّلُ) قاموا بها حولا حتى ورمت أقدامهم وسوقهم حتى نزلت: (فَاقْرَأُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ) فاستراح الناس.<sup>9</sup>

كما قال الله تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ قُمْ فَأَنْزِلْ﴾ (سورة المدثر 74: الآية 1)  
 (5- مكية

في تفسير التستري: يا أيها المستغيث من إعانة نفسك على صدرك وقلبك ، قم بنا وأسقط عنك ما سوانا ، وأنذر عبادنا لأننا قد هيأناك لأشرف المواقف وأعظم المقامات.<sup>10</sup>

في تفسير الكشف والبيان: المدثر في قطيفه . أخبرنا أبو نعيم الاسفرائيني ، بها قال : أخبرنا أبو عمران بن موسى بن العباس الارادواري بها ، قال : أخبرنا العباس بن الوليد بن مزيد البيروتي ببيروت قال : أخبرني أبي قال : حدثنا أبو عمرو الأوزاعي قال : حدثنا ، أبو نصر يحيى ابن أبي كبير العطار اليماني قال : سألت أبا سلمة بن عبدالرحمن : أي القرآن أنزل قبل ؟ قال : قال رسول الله ( صلى الله عليه وسلم ) ( إني جاورت بحراء شهراً فلما قضت جوارتي نزلت فاستبطنت الوادي ، فنوديت فنظرت بين يدي وخلفي وعن يميني وشمالي فلم أر شيئاً ، ثم نظرت إلى السماء فإذا هو على العرش في الهواء فأخذتني وحشة ، فأمرتهم فدثروني فأنزل الله سبحانه : يا أيها المدثر ، حتى بلغ : وثيابك فطهر).<sup>11</sup>

في تفسير الوسيط: قال القرطبي :ملاطفة في الخطاب من الكريم إلى الحبيب ، إذ ناداه بحاله ، وعبر عنه بصفته ، ولم يقل يا محمد ويا فلان ، ليستشعر اللين والملاطفة من ربه ، كما تقدم في سورة المزمل . ومثله قول النبي صلى الله عليه وسلم لِعَلِيٍّ إذ نام في المسجد " قم أبا تراب " .

<sup>9</sup> محمد بن جرير بن يزيد بن كثير بن غالب الأملي أبو جعفر الطبري، جامع البيان في تأويل القرآن، (بيروت: مؤسسة الرسالة، الطبعة : الأولى، 1420 هـ) ج23، ص.679

10 التستري، تفسير التستري(المكتبة) ج2 ص202

ص . 117 محمد بن إبراهيم الثعلبي النيسابوري، الكشف والبيان(بيروت : دار إحياء التراث العربي ، الطبعة : الأولى 1422 هـ) ج10 ،

وكان قد خرج مغاضبا لفاطمة - رضى الله عنها - ، فسقط رداؤه وأصابه التراب . ومثله قوله صلى الله عليه وسلم لحذيفة بن اليمان ليلة الخندق " قم يا نومان " . والمراد بالقيام فى قوله - تعالى - : قم فأندر ، المسارعة والمبادرة والتصميم على تنفيذ ما أمره - سبحانه - به ، والإنذار هو الإخبار الذى يصاحبه التخويف . أى : قم - أيها الرسول الكريم - وانهض من مضجعتك ، وبادر بعزيمة وتصميم ، على إنذار الناس وتخويفهم من سوء عاقبتهم ، إذا ما استمروا فى كفرهم ، وبلغ رسالة ربك إليهم دون أن تخشى أحدا منهم ، ومرهم بأن يخلصوا له - تعالى - العبادة والطاعة . للإشعار بوجوب الإسراع بهذا الإنذار بدون تردد .

وقال : فأندر ، دون فيشر ، لأن الإنذار هو المناسب فى ابتداء تبليغ الناس دعوة الحق حتى يرجعوا عما هم فيه من ضلال . ومفعول أنذر محذوف . أى : قم فأندر الناس ، ومرهم بإخلاص العبادة لله ، أمر آخر له صلى الله عليه وسلم ولفظ ، يأيها المدثر بثيابه لخوفه مما رآه من ملك الوحي ، لا تخف ، وقم فأندر الناس من عذاب الله ، إذا ما استمروا فى شركهم ، واجعل تكبيرهم وتعظيمك وتبجيلك لربك وحده ، دون أحد سواه ، وصفه بما هو أهله من تنزيه وتقديس .

والمراد بتطهير الثياب أمر بأن تكون ثيابه طاهرة من النجاسات ، لأن طهارة الثياب شرط فى الصلاة ، ولا تصح إلا بها . وهى الأول والأحب فى غير الصلاة . وقبيح بالمؤمن الطيب أن يحمل خبثا . وقيل : هو أمر بتطهير النفس مما يستقذر من الأفعال ، ويستهن من العادات . يقال : فلان طاهر الثياب ، وطاهر الجيب والذيل والأردان ، إذا وصفوه بالنقاء من المعاييب ، ومدانس الأخلاق . ويقال : فلان دنس الثياب : للغادر - والفاجر - ، وذلك لأن الثوب يلبس الإنسان ، ويشتمل عليه .<sup>12</sup>

النبي صلى الله عليه وسلم قد تدثر بثيابه ونام ، فخوف الناس وادعهم إلى التوحيد ، ، قلبك من الغدر والخيانة والضجر أي كن طاهر القلب ويقال ثيابك فطهر فقصر ويقال وثيابك فطهر من ، المآثم

<sup>12</sup> محمد سيد طنطاوي ، التفسير الوسيط (المكتبة) ج 1 ، ص. 4369

فاترك ولا تقربنه. يأمر الله سبحانه وتعالى على عبده المؤمنين بعبادة الله بعد النوم كصلاة التهجد في وقت نصف ثلث الليل.

كما قال الله تعالى: ﴿لَا تَقْرَبُوهُ وَالْحَقُّ لَدَيْهِ أَعْبَادُ﴾ (سورة الإسراء 17: "الآية" 79)

في تفسير الكشف والبيان: قم بعد نومك وصل. قال المفسرون: لا يكون التهجد إلا بعد النوم يقال: تهجد إذا سهر، وهجد إذا نام. وقال بعض أهل اللغة: يقال تهجد إذا نام وتهجد إذا سهر وهو من الاضداد. روى حميد بن عبد الرحمن بن عوف: عن رجل من الأنصار إنه كان مع رسول الله (صلى الله عليه وسلم) في سفر وقال: لأنظرن كيف يصلي النبي صلى الله عليه وسلم، قال: فنام رسول الله (صلى الله عليه وسلم) ثم إستيقظ فرفع رأسه إلى السماء فتلا أربع آيات من سورة آل عمران: "إن في خلق السماوات والأرض لآيات" ثم أهوى بيده إلى القربة وأخذ مسواكاً فأستنن به ثم توضأ ثم صلى ثم نام ثم إستيقظ، فصنع كصنيعه أول مرة، ويزعمون أنه التهجد الذي أمره الله تعالى. (نافلة لك) قال ابن عباس: خاصة لك، مقاتل بن حيان: كرامة وعطاء لك. ابن عباس: فريضتك. وقال: أمر النبي (صلى الله عليه وسلم) بقيام الليل خاصة وكتبت عليه، ويكون معنى النافلة على هذا القول فريضة فرضها الله عليك فضلاً عن الفرائض التي فرضها الله علينا زيادة. وقال قتادة: تطوعاً وفضيلة. وقال بعض العلماء: كانت صلاة الليل فرضها عليه في الابتداء ثم رخص له في تركها فصارت نافلة.

وقال مجاهد: والنافلة للنبي (صلى الله عليه وسلم) خاصة من أجل أنه غفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر، فما عمل من عمل سوى المكتوبة فهو نافلة لك من أجل أنه لا يعمل ذلك كفارة لذنوبهم، فهي نوافل له وزيادة للناس يعملون ويصلون ماسوى المكتوبة لذنوبهم في كفارتها فليست للناس نوافل. قال أهل التأويل: عسى ولعل من الله جزاء لأنه لا يدع أن يفعل لعباده ما أطمعهم فيه من الجزاء على طاعتهم لأنه ليس من صفته الغرور، ولو أن رجلاً قال لآخر: اهدني والزمني لعلي أن أنفعك فلزمه

ولم ينفعه مع إطماعه فيه ووعد له وكان عاراً له وتعالى الله عن ذلك ، وأما المقام المحمود فالمقام الذي يشفع فيه لأتمته يحمده فيه الأولون والآخرون.<sup>13</sup>

فصلى سنة التهجد وقرأ القرآن إن شاء الله زيادة لك في الدرجات العلى فى الدنيا و الآخرة، لأنه غفر له ما تقدم من ذنبه وما تأخر فما عمل من عمل سوى المكتوبة فهو حكمه سنة مؤكدة من أجل أنه لا يعمل ذلك في كفارة الذنوب ، عسى من الله واجب ومعنى يبعثك ربك : يقيمك ربك في مقام محمود وهو مقام الشفاعة يحمده فيه الخلق. إرشاد إلى عبادة أخرى من العبادات التى تطهر القلب ، وتسمو بالنفس إلى مراقى الفلاح ، وتعينها على التغلب على الهموم والآلام .

فى الآيات المتعلقة بأداب النوم هي : كما قال الله تعالى: إِذْ يُغَشِّيكُمُ النُّعَاسَ أَمَنَةً مِّنْهُ وَيُنزِلُ عَلَيْكُمْ مِّنَ السَّمَاءِ مَاءً لِّيُطَهِّرَكُم بِهِ وَيُذْهِبَ عَنْكُم رَجَزَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَى قُلُوبِكُمْ وَيُنَبِّتَ بِهِ الْأَقْدَامَ . (سورة الأنفال الآية 11)

فى تفسير الوجيز فى تفسير الكتاب العزيز : أن الله تعالى أمنهم أمنا غشيمهم النعاس معه وهذا كما كان يوم أحد وقد ذكرنا ذلك فى سورة آل عمران وذلك أنهم لما بايتوا المشركين ببدر أصابت جماعة منهم جنابات وكان المشركون قد سبقوهم إلى الماء فوسوس إليهم الشيطان وقال لهم : كيف ترجون الظفر وقد غلبوكم على الماء ؟ وأنتم تصلون مجنبيين ومحدثين وتزعمون أنكم أولياء الله وفيكم نبيه ؟ فأنزل الله تعالى مطرا سال منه الوادي حتى اغتسلوا وزالت الوسوسة ، من الأحداث والجنابات ، وسوسته التى تكسب عذاب الله ، باليقين والنصر ، أنهم كانوا قد نزلوا على كئيب تغوص فيه أرجلهم فلبده المطر حتى ثبتت عليه الأقدام .<sup>14</sup>

فى تفسير التستري: النعاس ينزل من الدماغ والقلب حي ، والنوم على القلب من الظاهر وهو

حكم النوم ، وحكم النعاس حكم الروح.<sup>15</sup>

<sup>13</sup> محمد بن إبراهيم الثعلبي النيسابوري، المراجع السابق، ج 6 ، ص. 123

<sup>14</sup> علي بن أحمد الواحدي أبو الحسن، الوجيز فى تفسير الكتاب العزيز (المكتبة) ج 1، ص. 432

<sup>15</sup> التستري، تفسير التستري (المكتبة) ج 1، ص. 188



في تفسير فخرالرازي: ففي قصة أحد قدم الأمانة على النعاس ، وفي قصة بدر قدم النعاس على الأمانة ، وأما الطائفة الثانية وهم المنافقون الذين كانوا شاكين في نبوته عليه الصلاة والسلام ، وما حضروا إلا لطلب الغنيمة ، فهؤلاء اشتد جزعهم وعظم خوفهم ، ثم انه تعالى وصف حال كل واحدة من هاتين الطائفتين ، فقال في صفة المؤمنين<sup>16</sup>.

واعلم أن كل نوم ونعاس فإنه لا يحصل إلا من قبل الله تعالى فتخصيص هذا النعاس بأنه من الله تعالى لا بد فيه من مزيد فائدة وذكروا فيه وجوهاً : أحدها : أن الخائف إذا خاف من عدوه الخوف الشديد على نفسه وأهله فإنه لا يؤخذ النوم ، وإذا نام الخائفون أمنوا ، فصار حصول النوم لهم في وقت الخوف الشديد يدل على إزالة الخوف وحصول الأمن. وثانيها : أنهم خافوا من جهات كثيرة.

أحدها : قلة المسلمين وكثرة الكفار. وثانيها : الأهبة والآلة والعدة للكافرين وقتلتها للمؤمنين.

وثالثها : العطش الشديد فلولا حصول هذا النعاس وحصول الاستراحة حتى تمكنوا في اليوم

الثاني من القتال لما تم الظفر.

والوجه الثالث : في بيان كون ذلك النعاس نعمة في حقهم ، أنهم ما ناموا نوماً غرقاً يتمكن العدو من معاقبتهم بل كان ذلك نعاساً يحصل لهم زوال الأعياء والكلال مع أنهم كانوا بحيث لو قصدهم العدو لعرفوا وصوله ولقدروا على دفعه.

والوجه الرابع : أنه غشيهم هذا النعاس دفعة واحدة مع كثرتهم ، وحصول النعاس للجمع العظيم

في الخوف الشديد أمر خارق للعادة. فلهذا السبب قيل : إن ذلك النعاس كان في حكم المعجز.<sup>17</sup>

قال محمد علي الصابوني: يلقي عليكم النوم أمنا من عنده سبحانه وتعالى ، وهذه معجزة لرسول

الله ، حيث غشي الجميع النوم في وقت الخوف ! ! قال علي رضي الله عنه : ( ما كان فينا فارس يوم

16 محمد الرازي بحر الدين ابن العلامة ضياء الدين، تفسير فخرالرازي، (بيروت: دار الفكر، ط. 1415 هـ) ج1، ص. 1277

17 محمد الرازي بحر الدين ابن العلامة ضياء الدين، المراجع السابق، ج1، ص. 2129

بدر غير المقداد ، ولقد رأيتنا وما فينا الا نائم ، إلا رسول الله يصلي تحت شجرة ويكي حتى أصبح ( قال ابن كثير : وكان ذلك كان للمؤمنين عند شدة البأس ، لتكون قلوبهم أمنة مطمئنة بنصر الله.<sup>18</sup>

كما قال الله تعالى : **إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِّأُولِي الْأَلْبَابِ** ("الآية"190) **الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ** .... الآيات (آل عمران 3: "الآية" 191)

في تفسير بحر العلوم: أن أهل مكة سألوا رسول الله صلى الله عليه وسلم أن يأتيهم بآية لصحة دعواه لأنه كان يدعوهم إلى عبادة الله وحده فنزل ، خلقين عظيمين ويقال فيما خلق في السموات من الشمس والقمر والنجوم وما خلق في الأرض من الجبال والبحار والأشجار ، ذهاب الليل ومجيء النهار ويقال اختلاف لونيتهما " لآيات " لعبرات " لأولي الألباب " لذوي العقول ، يصلون لله قياما إن استطاعوا على القيام وقعودا إن لم يستطيعوا القيام ، إن لم يستطيعوا القعود لزمانه بهم ويقال معناه الذين يذكرون الله في الأحوال كلها في حال القيام والقعود والاضطجاع كما قال في آية أخرى " اذكروا الله ذكرا كثيرا " سورة الأحزاب"الآية (41).

يعتبرون في خلقهما قال حدثنا الخليل بن أحمد قال حدثنا السراج قال حدثنا قتيبة قال حدثنا ابن زرارة الحلبي عن أبي حباب عن عطاء بن أبي رباح قال دخلت مع ابن عمر وعبيد بن عمير على عائشة فسلمنا عليها فقالت من هؤلاء فقلت عبد الله بن عمر وعبيد الله بن عمر فقالت مرحبا بك يا عبيد بن عمير ما لك لا تزورنا فقال عبيد زر غبا تزدد حبا فقال ابن عمر دعونا من هذا حديثنا بأعجب ما رأيت من رسول الله صلى الله عليه وسلم فبكت بكاء شديدا ثم قالت كل أمره عجب أتاني في ليلتي فدخل في فراشي حتى ألصق جلده بجلدي فقال يا عائشة أتأذنين لي أن أعبد لربي فقلت والله إنني أحب قربك وإنني لأحب هواك فقام إلى قربة ماء فتوضأ منها ثم قام فبكى وهو قائم حتى روت الدموع حجره ثم اتكأ على شقه الأيمن ووضع يده اليمنى تحت خده الأيمن فبكى حتى روت الدموع الأرض ثم أتاه بلال بعدما

<sup>18</sup> محمد علي الصابوني، صفوة التفاسير (بيروت: المكتبة العصرية ، 1429هـ) ج1، ص.330

أذن للفجر فلما رآه يبكي قال أتبكي يا رسول الله وقد غفر الله لك ما تقدم من ذنبك وما تأخر فقال يا بلال أفلا أكون عبدا شكورا وما لي لا أبكي وقد أنزلت علي الليلة.<sup>19</sup>

قبل النوم او بعد النوم قراءة الدعاء، والوضوء والصلاة السنة وقراءة القرآن وذكر الله والصلوات النبي واستغفر الله العظيم، و حفظ وقت النوم فإن الله قد جعل الساعات والأوقات ، ومخالفته بين الليل والنهار ، فجعل الليل لكم سنا تسكنون فيه ، وتنامون فيه ، وتستريحون فيه ، وجعل النهار مضيئا لتصرفهم في معاشكم والتماسكم فيه من رزق ربكم، وحفظ عن كيفية النوم للحصول إلى الحلم الطيب .  
كما قال الله تعالى : قُلْ مَنْ ذَا الَّذِي يَعْصِمُكُمْ مِنَ اللَّهِ إِنْ أَرَادَ بِكُمْ سُوءًا أَوْ أَرَادَ بِكُمْ رَحْمَةً وَلَا يَجِدُونَ لَهُمْ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا (سورة الأحزاب : 17) مدنية

قال سيد قطب : إن قدر الله هو المسيطر على الأحداث والمصائر ، يدفعها في الطريق المرسوم ، وينتهي بها إلى النهاية المحتومة . والموت أو القتل قدر لا مفر من لقائه ، في مواعده ، لا يستقدم لحظة ولا يستأخر . لن ينفذ الفرار في دفع القدر المحتوم عن فار . فإذا فروا فإنهم ملاقون حتفهم المكتوب ، في مواعده القريب . وكل موعد في الدنيا قريب ، وكل متاع فيها قليل . ولا عاصم من الله ولا من يحول دون نفاذ مشيئته . سواء أراد بهم سوءاً أم أراد بهم رحمة ، ولا مولى لهم ولا نصير ، من دون الله ، يحميهم ويمنعهم من قدر الله . فالاستسلام الاستسلام . والطاعة الطاعة . والوفاء الوفاء بالعهد مع الله ، في السراء والضراء . ورجع الأمر إليه ، والتوكل الكامل عليه . ثم يفعل الله ما يشاء . ثم يستطرد إلى تقرير علم الله بالمعوقين ، الذين يقعدون عن الجهاد ويدعون غيرهم إلى القعود . ويقولون لهم : ( لا مقام لكم فارجعوا ) . ويرسم لهم صورة نفسية مبدعة . وهي على صدقها تثير الضحك والسخرية من هذا النموذج المكرور في الناس . صورة للجبن والانزواء ، والفرع والهلع . في ساعة الشدة . والانتقاش وسلطة اللسان عند الرخاء . والشح على الخير والرضن ببذل أي جهد فيه . والجزع والاضطراب عند

أبو الليث نصر بن محمد بن إبراهيم السمرقندي الفقيه الحنفي، بحر العلوم - (بيروت: دار الفكر، بدون التاريخ) ج1، ص19

توهم الخطر من بعيد . . والتعبير القرآني يرسم هذه الصورة في لمسات فنية مبدعة لا سبيل إلى استبدالها أو ترجمتها في غير سياقها المعجز : ( قد يعلم الله المعوقين منكم والقائلين لإخوانهم : هلم إلينا ، ولا يأتون بالبأس إلا قليلاً . أشحة عليكم . فإذا جاء الخوف رأيتهم ينظرون إليك تدور أعينهم كالذي يغشى عليه من الموت .<sup>20</sup>

### أ. وقت النوم

النوم والحفاظ على تواصل بالتناوب في هذه دورة الحياة، وبالتالي فإن الجهاز العصبي المركزي ويبدو أن عقارب الساعة البيولوجية التي تؤثر على الجهاز بالكامل. ولذلك، والناس ينامون في أوقات معينة ، وكذلك عندما يستيقظ من دون أن تكون استيقظ من قبل أي شخص.<sup>21</sup>

النوم يحدث عادة في الليل ، وعندما يختفي الضوء والظلام يلف الأرض. الظلام يحفز الافراج عن هرمون النمو، كما أنه يحفز على الافراج عن هرمون الميلاتونين. من أجل الخروج ثم الميلاتونين بانتظام ينبغي أن تستيقظ قبل شروق الشمس. ولذلك، فإن ضوء الشمس أو أي ضوء العين التي ضربت منع الافراج عن الميلاتونين. لذا، يوصي الأطباء والعلماء أن نضع خارج الاضواء في حين غرف النوم، أو ببساطة استخدام الضوء الخافت حتى يتسنى للأعصاب متوترة وغير استرخاء العضلات . وبالتالي، سوف يكون نائماً على نحو سليم.<sup>22</sup>

ستبقى حتى وقت متأخر في الليل تقلل من نضارة والقدرة على التفكير في اليوم التالي. والناس الذين ينامون أقل من الليالي يكون من الصعب التركيز طوال اليوم، والاكتئاب أيضا. والطلاب الذين ينامون في الليل أقل عرضة للنعاس أثناء ساعات الدراسة. عموماً ، يحتاج الطلاب إلى 9-8 ساعات من

<sup>20</sup> سيد قطب، في *ظلال القرآن*، (بيروت: دار الشروق، الطبعة الرابعة و العشرين، 1415هـ) ج5 ، ص. 2839-2840  
<sup>21</sup> أحمد ابراهيم شوقي، *Keajaiban Tidur Menjelajahi Misteri Alam Kematian Kecil*، (جكرتا: التي نشرتها Serambi Ilmu Semesta. شرفه علوم الكون. في عام 2007م) ص. 64.  
<sup>22</sup> أحمد ابراهيم شوقي، *المراجع السابق* ، ص50

النوم .إذا تم الوفاء بها، وسوف يستيقظون في صباح اليوم التالي مع العاطفة مشتتة، والقوة الكاملة ، والاستعداد لاستيعاب قاعة العلوم الناضجة التعلم.<sup>23</sup>

نوم الطفل حديثي الولادة ومن ثم قضاء بضعة ايام على النوم على مدى 20 ساعة يوميا. انها تحصل على ما يصل كل بضع ساعات للحصول على المدخول الغذائي من الحليب، والنوم بعد ذلك مرة أخرى. لم 3 أشهر من العمر الرضع لا يستيقظون في الليل ، إلا بسبب المرض. 6 أشهر من العمر، وعدم النوم طول، على بعد حوالي 12 ساعة فقط. على الرغم من مفككة، وسوف يبقى مستيقظا، ولكن في فترة زمنية أطول

النوم في سن المراهقة في سن المراهقة في هذا النصف من النوم يختلف ، استنادا إلى العادات وأنماط الحياة في المجتمع. لم المراهقين في شمال أوروبا وأمريكا الشمالية لا غفوة، في حين حول البحر الأبيض المتوسط وشمال أفريقيا، وأمريكا الوسطى ، وأخذ غفوة على وشك الانتهاء خلال فترة المراهقة. القيلولة تقليد الذي يعطيهم فرصة لتجنب سخونة أوقات النهار. بعد جمع وتجديد قوة نشاط غفوة، يستيقظون والاستمرار في العمل مرة أخرى. بشكل عام، وهذا يأخذ قيلولة لمدة 90 دقيقة. القيلولة تقليد شعبية جدا في البلاد من الصين ، وخاصة في العمال في جميع أنحاء البلاد. التشريعات حتى المادة 49 -الصين دولة الدستور ينص بوضوح على أن يحق للعمال لكسر في العمل.<sup>24</sup>

النوم الكبار الكبار تميل إلى أن تأخذ قيلولة. وقالت دراسة على البالغين من النوم في جامعة زيوريخ، سويسرا ، أن 60 ٪ من البالغين (الذين تتراوح أعمارهم بين 60-83 سنة) يستخدم لقيلولة كل يوم لأكثر من ساعتين. قيلولة طويلة مما أدى إلى زيادة عدد ساعات أقل من النوم ليلا. لذلك ، تميل إلى النوم الكبار كثيرا خلال النهار ، والعديد من مستيقظا في الليل. مثل نمط النوم تذكر أنماط نوم

<sup>23</sup>أحمد ابراهيم شوقي ، المراجع السابق ،ص.49

<sup>24</sup>أحمد ابراهيم شوقي ،المراجع السابق، ص. 36

الأطفال مع التقدم في العمر، وسوف يتم إدخال القليل القليل من قبل أحد الأرق (صعوبة النوم المرض).  
العديد من كبار السن يقضون وقتا في السرير، ولكن أيضا ليست قادرة على إغلاق عيني<sup>25</sup>.

- قال حبيب الزين عن أوقات النوم:

أ. النوم بعد الصبح يذهب بركة الرزق والعمر ، لأن بركة هذه الأمة في البكور وهو بعد صلاة الفجر إلى طلوع الشمس ، أو ما هذا معناه .الله جل وعلا الخالق وهو الرازق ، يوسع الرزق لمن يشاء من عباده امتحانا ، ويضيق الرزق على من يشاء ابتلاء ، ليظهر الشاكر والصابر، إنه تعالى واسع العلم يفعل ما تقتضيه الحكمة والمصلحة لكن عبده عملية الشريعة كممثل التاجر.

ب.النوم على ثلاثة أنواع : نومة الخرق ، ونومة الخلق ، ونومة الحمق . فنومة الخرق نومة الضحى ، لأنه ساعة يقسم الله تعالى فيها الرزق بين العباد ، ونومة الخلق وهي المسماة بالقليلة وهي النوم قبل الزول ، وهي سنة في غير يوم الجمعة لمن كان له قيام الليل أو سهر في الخير ، فإن فيها معونة على قيام الليل ، كما أن في السحور معونة على صيام النهار ، والقليلة من قيام الليل كالسحور من غير صيام ، التي أمر النبي صلى الله عليه وسلم بها أمته فقال : " قيلولوا فإن الشيطان لا تقيل " رواه الطبراني ونومة الحمق النومة بعد العصر ، ينامها إلا سكران أو مجنون.

ج. النوم بعد العصر يورث الجنون ، كان بعدهم لما سمع هذا من صاحبه نام بعد العصر ليعرف صحة هذا الكلام ، ولم يستيقظ إلا في منتصف الليل ، فجاى إلى صاحبه في ذلك الوقت ، وقال له : أنت تقول إن النوم بعد العصر يورث الجنون فأنا أنام بعد العصر ومابي من جنون ! قال : هل هناك جنون فوق الجنون ، تجئ إلى بيت الناس في منتصف الليل والناس نيام؟! أو ما هذا معناه .

د. إذا رأيت في منامك ما يسرك من الرؤية فاحمد الله وأوله بخير مناسب يكون كذلك ، وإذا رأيت ما يسوءك فتعوذ بالله من الشر واتفل عن يسارك ثلاثا وتحول إلى جنبك الآخر ولا تحدث بها أحدا فإنها لا تضرک .

<sup>25</sup>أحمد ابراهيم شوقي ،المراجع السابق، ص.37

هـ. النوم على أربعة أنحاء : فنوم على القفا وهو نوم الأنبياء عليهم السلام ، يتفكرون في خلق السموات والأرض ، ونوم على اليمين وهو نوم العلماء والعباد ، ونوم على الشمال وهو نوم الملوك لهضمهم طعامهم ، ونوم على الوجه وهو نوم الشياطين .<sup>26</sup>

ففى الآيات المتعلقة بوقت النوم هى : كما قال الله تعالى : أَفَأَمِنَ أَهْلُ الْقُرَى أَنْ يَأْتِيَهُمْ بَأْسُنَا بَيَاتًا وَهُمْ نَائِمُونَ (سورة الأعراف 7/039 : 97 مكية)

قال سيد قطب : وتلك سنة الله في الابتلاء بالضراء والسراء ، والبأساء والنعماء ، وتلك مصارع المكذبين السادرين ، الذين كانوا قبلهم يعمررون هذه القرى ثم تركوها فخلفوهم فيها - أفأمنوا أن يأتيهم بأس الله في غفلة من غفلاتهم ، وغرة من غراتهم؟ أفأمنوا أن يأتيهم بأس الله بالهلاك والدمار . . بيئاتاً وهم نائمون . . والإنسان في نومه مسلوب الإرادة ، مسلوب القوة ، لا يملك أن يحتاط ولا يملك أن يدفع عادية من حشرة صغيرة . . فكيف ببأس الله الجبار؟ الذي لا يقف له الإنسان في أشد ساعات صحوه واحتياطه وقوته؟ أفأمنوا أن يأتيهم بأس الله . . ضحى وهم يلعبون . . واللعب يستغرق اليقظة والتحفز ، ويلهي عن الأبهة والاحتياط . فلا يملك الإنسان ، وهو غارٌّ في لعبه ، أن يدفع عن نفسه مغيراً . فكيف بغارة الله التي لا يقف لها الإنسان وهو في أشد ساعات جده وتأهبه للدفاع؟ وإن بأس الله لأشد من أن يقفوا له نائمين أم صاحين . لاعبين أم جادين . ولكن السياق القرآني يعرض لحظات الضعف الإنساني ، ليلمس الوجدان البشري بقوة ، ويثير حذره وانتباهه ، حين يتربقب الغارة الطامة الغامرة ، في لحظة من لحظات الضعف والغرة والفجاءة<sup>27</sup>

وفى تفسير فخر الرازي : والمقصود هذه الآية أنهم جاءهم العذاب على حين غفلة منهم من غير تقدم إمارة تدلهم على نزول ذلك العذاب ، فكأنه قيل : للكفار لا تغتروا بأسباب الأمن والراحة والفراغ ، فإن عذاب الله إذا وقع ، وقع دفعة من غير سبق إمارة فلا تغتروا بأحوالكم.<sup>28</sup>

<sup>26</sup> الحبيب زين بن أبراهيم بن سميط الحسيني العلوي الحضرامي، الفوائد المختار لسالك طريق الأخرة، (بدون مكان: دار العلم والدعوة، ط. 1428 هـ)، ص. 590-593

<sup>27</sup> سيد قطب، المرجع السابق، ج 3، ص. 134

<sup>28</sup> محمد الرازي بحر الدين ابن العلامة ضياء الدين، المراجع السابق، ج 7، ص. 193

قال الله تعالى : إِذْ يُرِيكُهُمُ اللَّهُ فِي مَنَاكٍ قَلِيلًا وَلَوْ أَرَاكُهُمْ كَثِيرًا لَفَشِلْتُمْ وَلَتَنَازَعْتُمْ فِي الْأَمْرِ وَلَكِنَّ اللَّهَ سَلَّمَ إِنَّهُ عَلِيمٌ بِذَاتِ الصُّدُورِ (سورة الأنفال : 43 مدنية)

قال سيد قطب : ولقد كان من تدبير الله في المعركة أن يرى رسول الله - صلى الله عليه وسلم - الكافرين في الرؤيا في منامه قليلاً لا قوة لهم ولا وزن ، فينبئ أصحابه برؤياه ، فيستبشروا بها ويتشجعوا على خوض المعركة . . ثم يخبر الله هنا لم أراهم لنبيه قليلاً . فلقد علم - سبحانه - أنه لو أراهم له كثيراً ، لفت ذلك في قلوب القلة التي معه ، وقد خرجت على غير استعداد ولا توقع لقتال ، ولضعفوا عن لقاء عدوهم؛ وتنازعا فيما بينهم على ملاقاتهم : فريق يرى أن يقاتلهم وفريق يرى تجنب الالتحام بهم . . وهذا النزاع في هذا الظرف هو أبأس ما يصيب جيشاً يواجه عدواً!<sup>29</sup>

كما قال الله تعالى: وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهُ وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا. (الإنسان 76: "الآية" 26)

وفى تفسير فخر الرازي :كل الليل لك للتسبيح فصار هو في أربع وعشرين ساعة مسبحاً ، فصار من الذين لا يفترون طرفة عين ، وأما في أوقاته فما تقدم أيضاً أن الأول والآخر والوسط هو المعتبر فشرع التسبيح في أول النهار وآخره ، وأما الليل فاعتبر أوله ووسطه كما اعتبر أول النهار ووسطه ، وذلك لأن الظهر وقته نصف النهار والعشاء وقته نصف الليل لأننا بينا أن الليل المعتبر هو المقدار الذي يكون الإنسان فيه يقظان وهو مقدار خمس ساعات فجعل وقته في نصف هذا القدر وهو الثلاثة من الليل ، وأما أبو حنيفة لما رأى وجوب الوتر كان زمان النوم عنده أربع ساعات وزمان اليقظة بالليل ثمان ساعات وآخر وقت العشاء الآخرة إلى الرابعة والخامسة ، ليكون في وسط الليل المعتبر ، كما أن الظهر في وسط النهار ، وأما النبي صلى الله عليه وسلم لما كان ليله نهراً ونومه انتبهاً قال : "لولا أن أشق على أمتي لأمرتهم بالسواك وتأخير العشاء إلى نصف الليل" ليكون الأربع في نصف الليل كما أن الأربع في نصف النهار ، وأما التفصيل فالذي يتبين لي أن النهار اثنتا عشرة ساعة زمانية والصلاة المؤداة فيها عشر ركعات فيبقى على المكلف ركعتان يؤديهما في أول الليل

<sup>29</sup>سيد قطب المرجع السابق، ج 3 ، ص.1526



ويؤدي ركعة من صلاة الليل ليكون ابتداء الليل بالتسبيح كما كان ابتداء النهار بالتسبيح ، ولما كان المؤدى من تسبيح النهار في أوله ركعتين كان المؤدى من تسبيح الليل في أوله ركعة لأن سبح النهار طويل مثل ضعف سبح الليل ، لأن المؤدى في النهار عشرة والمؤدى في الليل من تسبيح الليل خمس.<sup>30</sup> وقت النوم في نظر القرآن فإن الله قد جعل الساعات والأوقات ، ومخالفته بين الليل والنهار ، فجعل الليل لكم سكنا تسكنون فيه ، وتنامون فيه ، وتستريحون فيه ، وجعل النهار مضيئا لتصرفهم في معاشكم وتمامكم فيه من رزق ربكم . إن كثيرا من الناس في هذه الآونة الأخيرة قد درجوا على عدد من العادات الغير الصحية، وانقلبت عندهم الموازين فيما يتعلق بنظام النوم والاستيقاظ، وذلك للتطور التكنولوجي الذي تشهده المجتمعات المعاصرة، من تلفاز وقنوات فضائية وعالم الشبكة العنكبوتية الواسعة النطاق وغيرها، هذه الوسائل جعلت الإنسان يستغني عن نوم الليل ولا يكون عنده فرق بين الليل والنهار مادام بإمكانه قضاء الليل بانشغال تام كما هو الحال بالنهار، على عكس ما كان عليه الأولون من الأجيال السالفة حينما لم يكن هناك كهرباء، وكان الناس لا يجدون شغلا يقومون به في الليل إلا النوم أو العبادة، استعدادا لاستغلال النهار الذي يكون فيه النور بمجرد شروق الشمس لقضاء الأغراض التي يحتاجون إليها.

وهذه الفئة من الناس تجهل العواقب الصحية الوخيمة لهذا التغير الجذري في السلوكيات المتعلقة بالنوم، وأخص بالذكر هنا عادة السهر المفرط، والنوم بدله بالنهار لتعويض ما تحتاج إليه أجسامهم من الراحة. وسنحاول أن نبين في هذا المقال بالخصوص أضرار النوم المتواصل الذي لا يكون في وسطه استيقاظ وقيام بنشاط خفيف - على سبيل المثال القيام للصلاة - قبل اتمام ما تبقى من ساعات النوم إذا كان ضروريا نظرا لظروف العمل التي قد لا تسمح بالقيام بال قيلولة بعد الظهر، وإلا فأفضل طريقة هي الاكتفاء بالقيلولة من النوم في الليل، ثم أخذ قيلولة يكون لها دور كبير جدا في استعادة النشاط والحيوية، وهذا هو الذي تحث عليه النصوص النبوية الثابتة في السنة الصحيحة، ونظرا لكون غالب الناس في هذا

<sup>30</sup> محمد الرازي بحر الدين ابن العلامة ضياء الدين، المراجع السابق، ج1، ص. 3569

العصر لا يتيسر لهم فعل هذا ويحتاجون إلى الرجوع إلى النوم بعد الفجر فسوف نحاول أن نبين أهمية تقطيع النوم وتقسيمه الى فترتين.

ولفهم هذه الخطورة لابد لنا أن نعرف أن عدد ساعات النوم له علاقة وطيدة بعدد دقات القلب، فكلما طالت مدة النوم كلما انخفضت دقات القلب عند النائم، وفي الأصل يتراوح عدد دقات القلب الطبيعي بين 80 الى 100 دقة في الدقيقة، وإذا طال نوم الانسان يمكن أن تنخفض هذه الدقات، وقد تصل الى 50دقة في الدقيقة، وقد تنخفض أكثر اذا طال نومه كثيرا. وحينما تنخفض دقات القلب تترسب الدهون وبعض المواد الأخرى التي توجد في الدم على جدار الأوعية الدموية، خصوصا منها الشرايين - لأن انخفاض سرعة الدم يسهل ترسب المواد التي يحتوي عليها - والخطورة تتمثل أكثر على صعيد الشرايين التي تخرج من القلب وتغذيه والتي تضخ الدم إلى الدماغ .

ومع مرور الوقت تتصلب هذه الشرايين وتصبح جدرانها غير مرنة كما تصبح سميكة، وهو ما يسمى بتصلب الشرايين، فلا تبقى تتمدد بنفس المرونة التي كانت عليها من قبل، فيصبح القلب يبذل مجهودا أكبر لأن قطر الاوعية يصبح قليلا والمرونة أيضا تنقص، فيحدث إجهاد لعصلته التي تحاول ضخ الدم في مسالك ضيقة ومتصلبة. وقد يصل الأمر بهذه الترسبات أن يسبب انسدادا في بعض الشرايين، فيحصل على صعيد الدماغ ما يسمى بالموت الدماغى أو السكتة الدماغية، وهي سبب معروف للموت المفاجئ في كثير من الحالات، و على صعيد القلب قد يحدث ما يسمى بالذبحة الصدرية بسبب انغلاق العروق الصغيرة المغذية للقلب. كل هذا بسبب طول ساعات النوم وعدم كسر النوم على المدى الطويل، وهذه الأخطار كلها يحفظنا منها - بعون الله عزوجل - النوم في وقت مبكر والاستيقاظ لصلاة الفجر ثم العودة إلى النوم إن احتيج إليه، لأن ذلك الاستيقاظ يجدد رفع عدد دقات القلب بسبب ما يقوم به الإنسان من مجهود للقيام بما يلزم لأداء صلاة الفجر، من تسخين للماء والوضوء والحركات التي يقوم بها أثناء الصلاة والخطى إلى المسجد وغيرها، وهذا يرفع كما ذكرت أنفا عدد دقات القلب الى ما فوق 80 دقة في الدقيقة، ويحفظنا من كل الأخطار السالفة الذكر.

وقد أجريت بعض الدراسات الطبية في بعض البلدان العربية، وهي الأردن، قامت بها رابطة أطباء أمراض القلب والشرايين، في محاولة لإثبات أثر الاستيقاظ لصلاة الفجر على نشاط القلب والشرايين، ومما خلصت إليه هذه الدراسة أن أفضل شيء أن ينام الإنسان 4 ساعات قبل الفجر، ثم يصلي الفجر ليتم بعده نومه، وطبعاً هذا فقط من الناحية العلمية، وإلا فعملياً يصعب أن يتحقق دائماً هذا الأمر بالتدقيق، ولكن على العموم إذا عرف الإنسان أن أفضل شيء أن يكسر نومه بأداء صلاة الفجر قبل أن يعود لإتمام نومه فسيتفادى أخطاراً كثيرة يسببها ما تعوده الكثير من الشباب من السهر حتى الصباح قبل أن يخلدوا في النوم إلى منتصف النهار. وهذا السهر بحد ذاته له أخطار كثيرة غير التي تناولناها في هذا الموضوع، حيث إن النوم الذي ينامه هذا الإنسان في النهار يكون رديء الجودة ولا يعوض للجسم حاجته، لأنه يكون في وسط مليء بالضوضاء والأضواء ويكون نوماً متقطعاً، فلا يسترجع به الجهاز العصبي حيويته ونشاطه، وأكبر دليل على هذا أن الإنسان يستيقظ من هذا النوم وهو يحس بالتعب بدل الراحة، وتبقى عنده حاجة مستمرة إلى النوم والاستراحة طيلة اليوم.

وقد أثبتت بعض الدراسات أن أفضل الأوقات التي إذا نام فيها الإنسان يعوض للجسم حاجته بمرادوية كبيرة وفي وقت وجيز هو النوم الذي يكون قبل منتصف الليل، ويمكن أن نقول مقارنة لنوم الليل المكبر مع نوم النهار، أن 4 ساعات من النوم من 10 ليلاً إلى 2 ليلاً أفضل من 8 ساعات من النوم من 6 صباحاً إلى 2 بعد الظهر، وهذا طبعاً من حيث المرادوية ومن حيث النفع بالنسبة للجسم. وحينما نتكلم عن المرادوية للجسم والنفع فهذا يشمل كل ما يتعلق بالتركيز الذهني وصفاء الذاكرة وقوة الحافظة والذكاء والنباهة وسرعة البديهة، أضف إلى ذلك القوة البدنية والنشاط والحيوية في القيام بمختلف الأعمال التي يزاولها كل واحد.

### ب. كيفية النوم

الهم صلى الله عليه وسلم في علاج الفزع والأرق لمانع من النوم كما في الحديث روى عن بريدة قال : شكاً خالد إلى النبي صلى الله عليه وسلم ، فقال يا رسول الله ما أنام الليل من الأرض ، فقال النبي



رأيت أصحاب رسول الله صلى الله عليه وسلم حافظوا على شيء ما حافظوا على التنوير بالفجر. ورابعها : عن أبي بكر رضي الله عنه أنه صلى الفجر فقرأ آل عمران ، فقالوا : كادت الشمس أن تطلع ، فقال لو طلعت لم تجدنا غافلين ، وعن عمر أنه قرأ البقرة فاستشرقوا الشمس ، فقال : لو طلعت لم تجدنا غافلين. وخامسها : أن تأخير الصلاة يشتمل على فضيلة الإنتظار ، وقال عليه السلام : "المنتظر للصلاة كمن هو في الصلاة" فمن أخر الصلاة عن أول وقتها فقد انتظر الصلاة أولاً ثم بها ثانياً ومن صلاها في أول الوقت فقد فاتته فضل الإنتظار.

وسادسها : أن التأخير يفضي إلى كثرة الجماعة فوجب أن يكون أولى تحصيلاً لفضل الجماعة. وسابعها : أن التغليس يضيق على الناس ، لأنه إذا كان الصلاة في وقت الغليس احتاج الإنسان إلى أن يتوضأ بالليل حتى يتفرغ للصلاة بعد طلوع الفجر ، والخرج منى شرعاً وثامنها : أنه تكره الصلاة بعد صلاة الفجر فإذا صلى وقت الإسفار فإنه يقل وقت الكراهة ، وإذا صلى بالتغليس فإنه يكثر وقت الكراهة.

أن الفجر اسم للنور الذي ينفي به ظلام المشرق ، فالفجر إنما يكون فجرًا لو كانت الظلمة باقية في الهواء ، فأما إذا زالت الظلمة بالكلية واستتار الهواء لم يكن ذلك فجرًا ، وأما الإسفار فهو عبارة عن الظهور ، يقال : أسفرت المرأة عن وجهها إذا كشفت عنه ، إذا ثبت هذا فنقول : ظهور الفجر إنما يكون عند بقاء الظلام في الهواء ، فإن الظلام كلما كان أشد كان النور الذي يظهر فيما بين ذلك الظلام أشد ، فقولته : "أسفروا بالفجر" يجب أن يكون محمولاً على التغليس ، أي كلما وقعت صلاتكم حين كان الفجر أظهر وأبهر كان أكثر ثواباً ، وقد بينا أن ذلك لا يكون إلا في أول الفجر ، وهذا معنى قول الشافعي رضي الله عنه أن الإسفار المذكور في الحديث محمول على تيقن طلوع الفجر وزوال الشك عنه ، والذي يدل على ما قلنا أن أداء الصلاة في ذلك الوقت أشق ، فوجب أن يكون أكثر ثواباً ، وأما تأخير

الصلاة إلى وقت التنوير فهو عادة أهل الكسل ، فكيف يمكن أن يقول الشارع : إن الكسل أفضل من الجد في الطاعة.<sup>32</sup>

ثم قال الزجاج : كل من أدركه الليل قيل بات وإن لم ينم كما يقال بات فلان قلقاً ، أن يكونوا في لياليهم مصليين ، ثم اختلفوا فقال بعضهم : من قرأ شيئاً من القرآن في صلاة وإن قل ، فقد بات ساجداً وقائماً ، وقيل ركعتين بعد المغرب وأربعاً بعد العشاء الأخيرة ، والأولى أنه وصف لهم بإحياء الليل أو أكثره يقال فلان يظل صائماً ويبيت قائماً ، قال الحسن يبيتون لله على أقدامهم ويفرشون له وجوههم تجري دموعهم على خدودهم خوفاً من ربهم.<sup>33</sup>

قال ابن عباس : تتقلب جنوبهم ، عن الفراش بعد النوم بالليل لصلاة التطوع ، يعبدون ربهم بالصلوات الخمس ويقال ترفع جنوبهم من الفراش حتى يصلوا صلاة العشاء الأخيرة ويقال ترفع جنوبهم عن الفراش بعد النوم بالليل لصلاة التطوع ، منه ومن عذابه ، إليه وإلى رحمته ، أعطيناهم من المال ، يتصدقون به.<sup>34</sup>

تتنحى وتتباعد أطرافهم عن الفرش ومواضع النوم ، والغرض أن نومهم بالليل قليل ، لانقطاعهم للعبادة، كمن هجر الفراش ليتفرغ للعبادة والطاعة.

#### - الإعلام على شخص عن طريق نومه:

- النوم على معدتك ، والنوم وهما على جانب واحد من الجسم في حين ثني الركبتين عميق يميز هذا الشخص إلى النوم وكأنه جبان، لم يكن لديك الشعور بالأمن، وشكوك الآخرين.
- ينام على معدتك بكتا يديه امتدت إلى الأمام الرأس .كيف ينام يوحي طبيعة المتغيرة للشعب، وليس النوم على معدتك وموقف حازم، ونحن غير راضين عن الوضع في العالم.

<sup>32</sup> محمد الرازي بحر الدين ابن العلامة ضياء الدين، المراجع السابق، ج 1 ، ص. 659

<sup>33</sup> محمد الرازي بحر الدين ابن العلامة ضياء الدين، المراجع السابق، ج 1 ، ص. 3411

<sup>34</sup> لابن عباس، المراجع السابق، ج 1، ص. 434

• النوم على معدتك مع أيدي مطوية تحت وجهه. هذا هو كيف يمكن للناس الذين ينامون أقل ثقة، والكثير من التفكير وقليل من يفعل.

• النوم على ظهرك مع كلتا يديه قبالة خط مستقيم بجانب الجسم. هذا هو كيف ينام الناس وتفخر طموح، واثق، وأحب الحياة، ولكن قلق لها.

• النوم على ظهرك، ووضع ذراعيه تحت رأسه. هنا كيف ينام متوازنة الناس، والتفكير قبل أن تفعل، أحب الحياة، الحب وغيرها.

• النوم على ظهرك مع رفع الذراعين ووضعها بجانب رأسه. هنا كيف ينام شخصية قوية ولكنها خدعت.

• النوم على ظهرك عن طريق وضع ذراعيه على صدره. هنا كيف ينام بروح هادئة ورقيقة.

• النوم على ظهرك عن طريق ثني الركبتين ورفع ذراع واحدة في اتجاه تصاعدي في الرأس، والإفراج عن ذراع واحدة الى الورا في اتجاه الجسم. هنا كيف ينام الناس الذين ليس لديهم الاهتمام وعدم التوازن في الآخرين.

• النوم على ظهرك عن طريق وضع ساق واحدة على الساق الأخرى. هذه هي الطريقة التي يشعر الناس النوم كبيرة وعظيمة.

• النوم على الجانب الأيمن من الجسم والساقين والذراعين تميل قليلا لأنه وضع يده اليمنى تحت وجهه. هنا كيف ينام حرف، حرف معينة، وتميل المثالي. أيضا في طريقة النوم والقلب والروح هو دائما هادئة. هنا كيف أنام في شهدت رسول الله تظاهر. لشعبه<sup>35</sup>.

كما في الحديث: عن عمرو بن شعيب عن أبيه عن جده أن رسول الله صلى الله عليه وسلم كان يعلمهم من الفزع كلمات: "أعوذ بكلمات الله التامة من غضبه وشر عباده، ومن همزات الشياطين وأن يحضرون. رويها في "الصحيحين"، عن البراء بن عازب رضى الله عنهما، قال: قال رسول الله

<sup>35</sup>أحمد ابراهيم شوقي، المرجع السابق، ص. 105-109

صلى الله عليه وسلم : " إذا أتيت مضجعك فتوضأ وضوءك للصلاة ، ثم اضطجع على شقيك الأيمن  
وقل : " اللهم أسلمت نفسي إليك ، وفوضت أمري إليك ، وألجأت ظهري إليك ، رغبة ورهبة إليك لا  
ملجأ ولا منجأ منك إلا إليك ، آمنت بكتابك الذي أنزلت ، ونبيك الذي أرسلت . فإن متّ متّ على الفطرة  
، واجعلهن آخر ما تقول " <sup>36</sup>.

حدثنا مسدد حدثنا عبد الواحد بن زياد حدثنا العلاء بن المسيب قال حدثني أبي عن البراء بن  
عازب قال : كان رسول الله صلى الله عليه وسلم إذا أوى إلى فراشه نام على شقه الأيمن ثم قال ( اللهم  
أسلمت نفسي إليك ووجهت وجهي إليك وفوضت أمري إليك وألجأت ظهري إليك رغبة ورهبة إليك لا  
ملجأ ولا منجى منك إلا إليك آمنت بكتابك الذي أنزلت ونبيك الذي أرسلت ) . وقال رسول الله صلى الله  
عليه وسلم ( من قالهن ثم مات تحت ليلته مات على الفطرة ) <sup>37</sup>.

من تدبر نومه ويقظته صلى الله عليه وسلم وجده أعدل نوم ، وأنفعه للبدن والأعضاء والقوى ،  
فإنه كان ينام أول الليل ، ويستيقظ في أول النصف الثاني ، فيقوم ويستاك ، ويتوضأ ويصلى ما كتب الله  
له ، فيأخذ البدن والأعضاء والقوى حظها من النوم والراحة ، وحظها من الرياضة مع وفور الأجر ،  
وهذا غاية صلاح القلب والبدن ، والدنيا والآخرة . ولم يكن يأخذ من النوم فوق القدر المحتاج إليه ، ولا  
يمنع من القدر المحتاج إليه منه ، وكان يفعل على أكمل الوجوه ، فينام إذا دعت الحاجة إلى النوم على  
شقه الأيمن ، ذاكرة الله حتى تغلبه عيناه ، غير ممتلى البدن من الطعام والشراب ، ولا مباشر بجنبه  
الأرض ، ولا متخذ للفرش المرتفعة ، بل له ضجاع من أدم حشوه ليف .

تعليمات رسول الله عن النوم هو تنظيم وأنشطة الناس الذين يلاحظون أدلة عن كيفية النوم النبي  
التي من شأنها هي أفضل وسيلة ومفيد للجسم ، وأجهزة والقدرة على التحمل ورأى . كان النبي يستخدم  
في النوم ليلاً ويستيقظ المبكر ، يسوك ويتوضأ في الثلث الليل ، ويصل بقدر ما سمح الله ، ويجهز فطاقة

<sup>36</sup> محيد الدين ابى زكريا يحيى بن شرف النووي،المراجع السابق، ص.76

<sup>37</sup> محمد بن إسماعيل أبو عبد الله البخاري الجعفي، صحيح البخارى، (بيروت: دار ابن كثير اليمامة، ط. الثالثة 1407 هـ) ج 5،



الجسم إرادة كسب الحق في النوم والراحة والنشاط البدني فضلا عن مكافأة الكمال من الله . بهذا الأسلوب يضمن قلب طيب . فكان رسول الله لا ينام بشكل مفرط أو نأى بنفسه عن النوم . كيفية النبي في النوم هي وسيلة مثالية للغاية . وكان النبي ينام في وقت الحاجة ، غير مثقلة جثته مع الإفراط في الطعام أو الشراب . لديه حصيرة مصنوعة من أوراق متكنا على وسادة ووضع يده تحت خده أحيانا . النوم على جانب واحد من الجسم ، وثني ساقيه، والحفاظ على يد واحدة على وجه هؤلاء الناس إظهار سلوك التهذئة، ولكن ليس مترددا في اتخاذ القرارات، والقلق، والقلق بشأن المستقبل.

ثم إن العلاقة بين الأحلام ومراحل النوم تنطوي على جانب آخر مشوق : وهو أن الخبرات الشبيهة بالأحلام لا يقتصر وقوعها أثناء النوم بالليل فقط وإنما هي تحدث كذلك أثناء دخولها في النوم أي حين يغلبنا النعاس وأثناء الاستيقاظ كذلك . وقد وصف لنا الكاتب النمساوي روبرت موسيل في مذكراته ذلك الإحساس الغريب من التأرجح فيما بين عالمي التفكير والأحلام ، والذي كن ان نخبره عندما نستيقظ ببطء قائلا : أفكار الأحلام ... خبرتها في نفسي ثانية في وقت مبكر من صباح اليوم . معظم هذه الأفكار نسيتها لسوء الحظ . كانت وسطا بين الأفكار والأحلام ، ولكن إرادتي كانت تسيطر على مجزى الأمور على نحو ما وكأنا وسط النهار . كانت هذه الأفكار تدور حول النيكوتين . كنت قد استيقظت ، وإحساس معين في جسمي جعلني أبدأ أفكر في ألا أدخن إلا القليل في اليوم الذي أبدأه . ثم انجرفت عائدا وأنا نصف نائم ، ثم فجأة تنبه ذهني مرة ثانية ، وكأن الرغبة في أن أثبت شيئا ما في ذهني قد أيقظتني . لقد كانت كلمة مرعبة عن آثار النيكوتين ، والآن وبعد انقضاء عدة ساعات أجد أن كل ما أستطيع تذكره هو صورة لنموذج للجسم البشر مصنوع من الأسلاك أو الخيط ، كذلك الذي نراه في دروس الهندسة ، وقد بدا المخ فيه متشيعا ، وقد كانت هناك كلمة تعني ذلك ، كلمة لها وقع شديد مرعب

هناك ثلاثة أنواع أساسية من الأحلام :

<sup>38</sup> الكسندر بوربلي ، المراجع السابق ، ص. 72

1. أرسلت بواسطة أحلام الله مباشرة ، وهذا الحلم لا يتطلب التفسير . إنه كمن يتحدث إلى شخص آخر المجتمعات المحلية في جميع أنحاء الدولة والدين لديه حلم كنوع من الإلهام الإلهي .
2. أحلام هي مستوحاة من الملائكة ، وهذا الحلم يتطلب تفسير وتفسير . المعلم فقط يمكن تفسير الحلم أو الإدلاء بتعليقات على أحلام رمزية بطريقة معينة وذلك لتوفير التوجيه كل شخص في الحضور أو يمكن أن المعلم تقديم تفسير شخصي جدا فقط لأصحاب الأحلام .
3. تثار أحلام من الشيطان ، أو من قبل الذات . لا تفسير هذه الأحلام المعلم يمكن أن تساعد في تجنب الاحتمالات السلبية في هذا الطريق ، ولذلك فمن المهم للالدراويش بإخطار جميع أحلامهم إلى المعلم .<sup>39</sup>

لأن في الحديث عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه أنه سمع النبي صلى الله عليه وسلم يقول :  
 " إذا رأى أحدكم رؤيا يحبها ، فإنما هي من الله تعالى ، فليحمد الله تعالى عليها وليحدّث بها ، وفي رواية :- فلا يحدّث بها إلا من يحبّ - وإذا رأى غير ذلك مما يكره فإنما هي من الشيطان فليستعذ من شرها ولا يذكرها لأحد فإنها لا تضره " .

وحدثنا عبد الله بن مسلمة بن قعنب حدثنا سليمان - يعنى ابن بلال - عن يحيى بن سعيد قال سمعت ابا سلمة بن عبد الجسدن يقول سمعت ابا قتادة يقول سمعت رسول الله صلى الله عليه وسلم - يقول : " الرؤيا من الله والحلم من الشيطان فإذا رأى أحدكم شيأ يكرهه فلينفث عن يساره ثلاث مرات وليتعوذ بالله من شرها فإنها لن تضره " .<sup>40</sup>

ففي الآيات بمتعلقة الحلم ورؤية الصادقة في القصة نبي الله إبراهيم عليه السلام هي : قال الله تعالى : فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْيَ قَالَ يَا بُنَيَّ إِنِّي أَرَى فِي الْمَنَامِ أَنِّي أَذْبَحُكَ فَانظُرْ مَاذَا تَرَى قَالَ يَا أَبَتِ افْعَلْ مَا تُؤْمَرُ سَتَجِدُنِي إِن شَاءَ اللَّهُ مِنَ الصَّابِرِينَ (سورة الصافات : 102)

<sup>39</sup> Serabi Ilmu (سربيا: HATI, DIRI, JIWA Psikologi Sufi untuk Transformasi, Robert Frager

semesta ط. 1426 هـ) ص. 266

<sup>40</sup> الحافظ عبد العظيم بن عبد القوى زكي الدين المنذرى، مختصر صحيح المسلم، (جكرتا: مكتبة أماني - دار ابن خزيمة ، ط.

1414 هـ) ص. 868

قال ابن عباس في تفسير الآية " قال يا بني إني أرى في المنام أني أذبحك " أي إني أمرت في المنام أن أذبحك ، ( رؤيا الأنبياء وحي وتلا آية وقال محمد بن كعب : كانت الرسل يأتيهم الوحي من الله تعالى ، أيقاظا ورقودا ، لأن الأنبياء تنام عيونهم ولا تنام قلوبهم ) ، فانظر في الأمر ، ما رأيك فيه ؟ قال ابن كثير : وإنما أعلم ابنه بذلك ليكون أهون عليه ، وليختبر صبره وجلده وعزمه على طاعة الله تعالى وطاعة أبيه . فإن قيل : لم شاوره في أمر هو حتم من الله ؟ فالجواب : أنه لم يشاوره ليرجع إلى رأيه ، ولكن ليعلم ما عنده فيثبت قلبه ، ويوطن نفسه على الصبر ، امض لما أمرك الله به من ذبحي ، فستجدني صابرا إن شاء الله ، وهو جواب من أوتي الحلم والصبر ، وامثال الأمر ، والرضا بقضاء الله<sup>41</sup> .

وفى تفسير فخر الرازي : وروي من طريق آخر أنه رأى ليلة التروية في منامه ، كأن قائلاً يقول له إن الله يأمرك بذبح ابنك هذا ، فلما أصبح تروى في ذلك من الصباح إلى الرواح ، أمن الله هذا الحلم أم من الشيطان ؟ فمن ثم سمي يوم التروية ، فلما أمسى رأى مثل ذلك ، فعرف أنه من الله فسمي يوم عرفة ، ثم رأى مثله في الليلة الثالثة فهم بنحره فسمي يوم النحر وهذا هو قول أهل التفسير وهو يدل على أنه رأى في المنام ما يوجب أن يذبح ابنه في اليقظة ، وعلى هذا فتقدير اللفظ : إني أرى في المنام ما يوجب أن أذبحك والقول الثاني : أنه رأى في المنام أنه يذبح ورؤيا الأنبياء عليهم السلام من باب الوحي ، وعلى هذا القول فالمرئي في المنام ليس إلا أنه يذبح ، فإن قيل إما أن يقال إنه ثبت بالدليل عند الأنبياء عليهم السلام أن كل ما رآه في المنام فهو حق حجة أو لم يثبت ذلك بالدليل عندهم ، فإن كان الأول فلم راجع الولد في هذه الواقعة ، بل كان من الواجب عليه أن يشتغل بتحصيل ذلك الأمور ، وأن لا يراجع الولد فيه ، وأن لا يقول له ؛ {فَانظُرْ مَاذَا تَرَى} وأن لا يوقف العمل على أن يقول له الولد {افْعَلْ مَا تُؤْمَرُ} ؟ ، وأيضاً فقد قلتم إنه بقي في اليوم الأول متفكراً ، ولو ثبت عنده بالدليل أن كل ما رآه في النوم فهو حق لم يكن إلى هذا التروي والتفكر حاجة ، وإن كان الثاني ، وهو أنه لم يثبت بالدليل

<sup>41</sup> محمد على الصابوني، صفوة التفاسير (بيروت: المكتبة العصرية، ط. 1429هـ) ج 3، ص. 1034



في تفسير بحر العلوم: أن يوسف في الأحياء " قالوا يا أبانا استغفر لنا ذنوبنا " فاعتذروا إليه لما فعلوا به وطلبوا منه أن يستغفر لهم واعترفوا بذنبهم أنهم كانوا خاطئين حيث قالوا " إنا كنا خاطئين " " قال " لهم يعقوب عليه السلام " سوف أستغفر لكم " يعني عند السحر أستغفر لكم ويقال معناه سوف أستغفر لكم إن شاء الله على وجه التقديم في قوله " وقال ادخلوا مصر إن شاء الله آمين " فأخر الإستغفار إلى أن قدموا مصر فاستغفر لهم ليلة الجمعة عند السحر " إنه هو الغفور الرحيم " لمن تاب ورجع وندم على ما فعل فخرجوا كلهم بأثقالهم وأهاليهم ومواشيهم وكانوا اثنين وسبعين رأسا وروى أبو عبيدة عن عبد الله بن مسعود أنه قال كان أهل بيت يعقوب حين دخلوا مصر ثلاثة وسبعين إنسانا رجالهم ونساؤهم فخرجوا مع موسى عليه السلام وهم ستمائة ألف وسبعون ألفا فلما دنوا من مصر خرج يوسف بجماعته وحاشيته حتى أدخلهم مصر ، قال أبو عبيدة هذا من كلام يعقوب حيث قال سوف أستغفر لكم إن شاء الله وكذلك قال ابن جريج ويقال هذا من كلام يوسف قال لهم حين دخلوا مصر انزلوا بأرض مصر ويقال إنما قال لهم قبل أن يدخلوها " ادخلوا مصر إن شاء الله آمين " من الجوع ويقال من الخوف لأنها أرض الجبابرة، وكانت أمه راحيل قد ماتت وخالته تحت يعقوب أبيه وعن وهب بن منبه قال أبوه وخالته وعن سفيان الثوري مثله وهو قول ابن عباس وروي عن النبي صلى الله عليه وسلم أنه قال الخالة أم ويقال إن أمه راحيل قد ماتت في ولادة بنيامين ولذلك سمي بنيامين واليامين وجع الولادة بلسانهم.<sup>44</sup>

قال البيضاوي: تحية تكرمة له فإن السجود كان عندهم يجري مجراها وقيل معناه خروا لأجله سجدا لله شكرا وقيل الضمير لله تعالى و الواو لأبويه وإخوته والرفع مؤخر عن الخورر وإن قدم لفظا

<sup>44</sup>أبو الليث نصر بن محمد بن إبراهيم السمرقندي الفقيه الحنفي، المراجع السابق، ج2، ص.210



ساجدين ، على أن معناه رأيتهم لأجلي ساجدين . وإذا كان الضمير ليوسف فقال المفسرون : كان السجود تحية لا عبادة . وقال أبو عبد الله الداراني : لا يكون السجود إلا لله لا ليوسف ، ويبعد من عقله ودينه أن يرضي بأن يسجد له أبوه مع سابقته من صون أولاده ، والشيخوخة ، والعلم ، والدين ، وكمال النبوة . وقيل : الضمير وإن عاد على يوسف فالسجود كان لله تعالى ، وجعلوا يوسف قبلة كما تقول : صليت للكعبة ، وصليت إلى الكعبة .<sup>47</sup>

قال ابن عباس : الشمس والقمر أبواه والكواكب إخوته الأحد عشر . وقال قتادة : الشمس أبوه والقمر خالته ، وذلك أن أمه راحيل كانت قد ماتت ، قال وهب : وكان يوسف رأى وهو ابن سبع سنين ، أن إحدى عشرة عصاً طوالاً كانت مركوزة في الأرض كهيئة الدائرة وإذا عصا صغيرة ثبتت عليها حتى اقتلعتها وغلبتها فوصف ذلك لأبيه ، فقال له : إياك أن تذكر هذا لإخوتك ، ثم رأى وهو ابن اثني عشرة سنة أن أحد عشر كوكباً والشمس والقمر سجدن له .<sup>48</sup>

في تفسير بحر العلوم: قال يا بني لا تقصص رؤياك على إخوتك " فلما قصها على أبيه إنتهره وزجره وقال ليوسف في السر إذا رأيت رؤيا بعد هذا فلا تقصها على إخوتك فذلك قوله تعالى " فيكيدوا لك كيذا " يعني يعملوا بك عملاً ويحتالوا بك حيلة في هلاكك فإن قيل قوله " رأيتهم " هذا اللفظ يستعمل في العقلاء ولا يستعمل في غير العقلاء يقال رأيتها ورأيتهن فكيف قال ها هنا " رأيتهم " قيل له لأنه حكى عنها الفعل الذي يكون من العقلاء وهي السجدة فذكر باللفظ الذي يوصف به العقلاء " إن الشيطان للإنسان عدو مبين " ظاهر العداوة قرأ أبو جعفر القاريء المدني " أحد عشر " بجزم الدال وقرأه العامة " أحد عشر " بالنصب قال أبو عبيدة هكذا تقرأها لأنها أعرف اللغتين والناس عليها، ثم قال " وكذلك يجتبيك ربك " يقول يصطفيك ويختارك بالنبوة ويقال بالحسن والجمال والمحبة في القلوب " ويعلمك من تأويل الأحاديث " يعني من تعبير الرؤيا ويقال هي الكتب المنزلة ويقال عواقب الأمور

<sup>47</sup>محمد بن يوسف الشهير بأبي حيان الأندلسي ، تفسير البحر المحيط (بيروت : المكتبة، ط. 1422 هـ) ج5، ص. 342

<sup>48</sup>أبو إسحاق أحمد بن محمد بن إبراهيم الثعلبي النيسابوري ، المراجع السابق ، ج 5 ، ص. 198

يعني يفهمك ويعلمك " من تأويل الأحاديث " حتى تكون عالما بعواقبها " ويتم نعمته عليك " يعني يثبتك على الإسلام ويقال بالنبوة والإسلام " وعلى آل يعقوب " يعني إخوة يوسف " كما أتمها على أبويك من قبل إبراهيم وإسحاق " وأكرمهما بالنبوة وثبتهما على الإسلام.<sup>49</sup>

كما قال تعالى: ﴿يَا صَاحِبِي السَّجْنِ يَا صَاحِبِي السَّجْنِ يَا صَاحِبِي السَّجْنِ﴾ (سورة يوسف: الآية "41")

في تفسير بحر العلوم: دعاهما إلى الإسلام فقال " يا صاحبي السجن " يعني الخباز والساقى " أرباب متفرقون " أي الآلهة وعبادتها " خير أم " عبادة " الله الواحد القهار " ثم قال " ما تعبدون من دونه " أي من الآلهة " إلا أسماء سميتوها أنتم وآبائكم ما أنزل الله بها من سلطان " يعني لا عذر ولا حجة بعبادتكم إياها " إن الحكم " يعني ما القضاء فيكم " إلا الله " في الدنيا والآخرة " أمر ألا تعبدوا إلا إياه " يعني أمر في الكتاب أن لا تطيعوا في التوحيد إلا إياه " ذلك الدين القيم " يعني هذا التوحيد هو الدين المستقيم وهو دين الإسلام الذي لا عوج فيه " ولكن أكثر الناس لا يعلمون " أن دين الله هو الإسلام، ثم أخبرهما بتأويل الرؤيا بعد ما نصحهما ودعاهما إلى الإسلام وأخذ عليهما الحجة فقال " يا صاحبي السجن أما أحدكما فيسقي ربه خمرا " وهو الساقى قال له يوسف تكون في السجن ثلاثة أيام ثم تخرج فتكون على عملك وتسقي سيدك خمرا وقرأ بعضهم " فيسقي " بضم الياء من أسقيته إذا جعلت له سقيا يعني تتخذ الشراب الذي تسقي للملك قراءة العامة " فيسقي " بنصب الياء يقال سقيته إذا نولته، ثم بين تأويل رؤيا الآخر فقال " وأما الآخر " وهو الخباز " فيصلب " يعني يخرج من السجن بعد ثلاثة أيام ويصلب " فتأكل الطير من رأسه " فلما أخبرهما يوسف بتأويل الرؤيا قال ما رأينا شيئا فقال لهما

<sup>49</sup> أبو الليث نصر بن محمد بن إبراهيم السمرقندي الفقيه الحنفي، المراجع السابق، ج2، ص179.



يوسف عليه السلام " قضي الأمر الذي كنتم فيه تستفتيان " يعني تسألان رأيتماها أو لم تريهاها قلتما لي وقلت لكما فكذلك يكون وروى إبراهيم النخعي<sup>50</sup>

في تفسير جامع البيان في تأويل القرآن: قال أبو جعفر: وهذا الذي قاله قتادة، من أن عبارة الرؤيا ظن ، فإن ذلك كذلك من غير الأنبياء . فأما الأنبياء فغير جائز منها أن تخبر بخبر عن أمر أنه كائنٌ ثم لا يكون ، أو أنه غير كائن ثم يكون، مع شهادتها على حقيقة ما أخبرت عنه أنه كائن أو غير كائن، لأن ذلك لو جاز عليها في أخبارها، لم يُؤمنَ مثل ذلك في كل أخبارها. وإذا لم يؤمن ذلك في أخبارها، سقطت حُجَّتُها على من أرسلت إليه .

فإذا كان ذلك كذلك، كان غير جائزٍ عليها أن تخبر بخبر إلا وهو حق وصدق . فمعلومٌ، إذ كان الأمر على ما وصفت، أن يوسف لم يقطع الشهادة على ما أخبر الفتيين اللذين استعبراه أنه كائن ، فيقول لأحدهما: (أما أحكما فيسقي ربه خمراً وأما الآخر فيصلب فتأكل الطير من رأسه)، ثم يؤكد ذلك بقوله: (قضي الأمر الذي فيه تستفتيان)، عند قولهما: (لم تر شيئاً) ، إلا وهو على يقين أن ما أخبرهما بحدوثه وكونه، أنه كائن لا محالة لا شك فيه. وليقينه بكون ذلك، قال للناجي منهما: (اذكرني عند ربك) . فبيِّنُ إذاً بذلك فسادُ القول الذي قاله قتادة في معنى قوله: (وقال للذي ظن أنه ناج منهما) . وقوله: (فأنساه الشيطان ذكر ربه) وهذا خبرٌ من الله جل ثناؤه عن غفلة عَرَضَتْ ليوسف من قبل الشيطان، نسي لها ذكر ربه الذي لو به استغاث لأسرع بما هو فيه خلاصه ، ولكنه زلَّ بها فأطال من أجلها في السجن حبسه، وأوجع لها عقوبته، كما: -حدثني الحارث قال ، حدثنا عبد العزيز قال ، حدثنا جعفر بن سليمان الضبعي ، عن بسطام بن مسلم ، عن مالك بن دينار قال: لما قال يوسف للساقى: (اذكرني عند ربك)،

<sup>50</sup>أبو الليث نصر بن محمد بن إبراهيم السمرقندي الفقيه الحنفي، المراجع السابق، ج2، ص193.

قال: قيل: يا يوسف، اتخذت من دوني وكيلا؟ لأطيلن حبسك! فبكى يوسف وقال: يا ربّ، أنسى قلبي كثرة البلوى ، فقلت كلمة ، فويل لإخوتي.<sup>51</sup>

قال سليم الحسنى : افتتح سبحانه قصته عليه السلام بذكر هذه الرؤيا التي أراها له، وهي بشرى له تمثل له ما سيناله من الولاية الالهية، ويخص به من إجتباء الله إياه وتعليمه تأويل الأحاديث وإتمام نعمته عليه، قال يعقوب ليوسف عليه السلام: يا بني لا تقصص رؤياك على إخوتك فانهم يحسدونك ويغتاظون من أمرك، فيكيدونك عندئذ بنزغ واغراء من الشيطان، وقد تمكن من قلوبهم، فان الشيطان للإنسان عدو مبين.<sup>52</sup>

كما فى الحديث الآخر: حدثنا أبو بكر بن أبى شيبة حدثنا أبو أسامة ح وحدثنا ابن نمير حدثنا أبى قالا جميعا حدثنا عبيد الله عن نافع عن ابن عمر قال قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : " الرؤيا الصالحة جزء من سبعين جزءا من النبوة " .<sup>53</sup>

**-رؤية النبي صلى الله عليه وسلم في النوم :**

قال رسول الله عليه وسلم : (من رآني في المنام فسيراني في اليقظة ، لا يتمثل الشيطان بي) قال العلماء : معنى هذا الحديث الحديث التبشير بأن من فاز من أمته برؤية في المنام لا بد إن شاء الله تعالى أن يراه في اليقظة ، ولو قبيل الموت بهنية ، ولا أن يفسر هذا الحديث على رؤيته صلى الله عليه وسلم في الآخرة أو البرزخ ، لأن سائر الأمم تراه يومئذ . رؤية النبي صلى الله عليه وسلم موهبة من الله تعالى لا تنال بكثرة العبادة والعلم ، فكم من العوام يتكرر له رؤيته صلى الله عليه وسلم وبعكسه العالم أو العباد ، والغالب تكون رؤيته صلى الله عليه وسلم بقوة التعلق والمحبة والشوق ، أو ما هذا معناه . من رأى النبي صلى الله عليه وسلم في المنام وأمره بشيء أو نهاه عنه فإن كان ذلك الأمر لا يخالف

51 محمد بن جرير بن يزيد بن كثير بن غالب الأملي، أبو جعفر الطبري، جامع البيان في تأويل القرآن، (بيروت):

مؤسسة الرسالة، الطبعة: الأولى، 1420 هـ) ج16، ص111. 52 سليم الحسنى، مختصر الميزان في تفسير القرآن، (المكتبة) ج13، ص1. 53 محيد لن زكريا يحيين شرف النووي، المرجع السابق. ص. 87

الشريعة فينبغي امتثال أمره لكن على سبيل الاستحباب لا على سبيل الوجوب ، وفي حق نفسه فقط لا في حق غيره ، إلا إذا كان بإشارة من النبي صلى الله عليه وسلم لذلك أو ما هذا معناه .<sup>54</sup>

أمثلة الرؤيا في القرآن الكريم فقد أوحى الله سبحانه وتعالى إلى نبيه إبراهيم (عليه السلام) بذبح ولده إسماعيل.

### رأي علماء الدين

أن تفسير الرؤي والأحلام يساعد على نشر كثير من المعارف القرآنية والسنية ومن خلال التفسير يتعلم الناس كيف يحافظون على منامهم ويقظتهم ، ويقرئون الحصن الحصين القرآني قبل النوم، ويستيقظون مستقبلين العبادة ويحافظون على الكلمة الصادقة متمنين الرؤى الصالحة ، ومن خلال تفسير الأحلام يحفظ الناس الكثير من الأدعية القرآنية والأحاديث النبوية الشريفة التي تحض على الإهتمام بالجانب الروحي من حياة الإنسان .<sup>55</sup>

الأحلام هي نتاج النشاط معقولة .ومع ذلك، والأحلام لا يتفق دائما مع العقل .لأن الأحلام كثيرا ما تكشف الأحداث التي ليست غريبة على بيننا والفكر والجمعيات مدروسة ذات الصلة كثيرة .لذلك ، كما قال فرويد، والأحلام ليست مجرد الأحداث التي يمكن أن يقال بعد الاستيقاظ ، ولكنه يحتوي على الكثير من المعاني الخفية التي لا يمكن التعرف عليها بسهولة، إلا أننا نعرف الكثير عن الناس الذين يحلمون في نومه.<sup>56</sup>

أحلام من قبل العلماء آراء صحيحة عن الرؤية عند النوم هو مشعب تقول أحلام :لا يأتي من الشيطان، أي واضحة والأحلام التي ليست فوضى، لا حديث النفس، والناس مشغولة بشيء عندما يستيقظ، ثم رأيت أثناء النوم ، مثل مسكون أعداء الخوف ، قاء الأصدقاء، أو التحرر من الخوف .إذا لم

54 الحبيب زين بن إبراهيم بن سميح الحسيني العلوي الحضرامي، المرجع السابق. ص. 594  
 55 [http://m3loma.com/dream/monwaat\\_ahlam.htm](http://m3loma.com/dream/monwaat_ahlam.htm) - أخذت من التاريخ 2011-6-24  
 56 أحمد إبراهيم شوقي، المرجع السابق، ص 137

الشخص غير نظيفة، والله سوف تظهر في حلم غامض لم يحدث قط على الإطلاق. لذا، فإن الحقيقة من الحلم يعتمد على قدسية الحياة والصدق.<sup>57</sup>

أحلام وفقا للأطباء الهند والصين وفقا لها، الحلم هناك خمسة أقسام، وفقا لعدد من أعضاء الجسم الرئيسية ، اي الدماغ والقلب والرئتين والكبد والكليتين. اذا كان شخص ما قد حلمت عن رؤية شبح مخيف ، ويفسرون أي تدخل في سير عمل نظام القلب أو في الجهاز الهضمي. إذا كان حلم وسط البحر وغرق تقريبا ، فإنها تفسر يعاني من مرض في الكلى. وهلم جرا. ومن المؤكد أن هذا الرأي ليس صحيحا.<sup>58</sup>

عندما يستيقظ، سافر الناس الذين يعيشون في العالم الطبيعي، حيث مرور الوقت، والوقت هو . وهم نيام، غادرت روحها. في ذلك الوقت، وجسم الإنسان في العيش في عالم حيث الوقت البيولوجي تشغيل. ولكن العقل والروح ليست في ذلك. لذا، فإن جوهر البشر الذين يعيشون في عالم آخر، وهما طبيعة روحية. انطلاقا من روح الطبيعة يجتمع والتواصل مع الارواح الاخرى. يمكن أن يكون روح التحرك على نحو أسرع من الضوء. إذا حدث ذلك ، فإن الوقت يمضي قدما. وهذا هو ، ما هو موجود الآن في المنام أنه حصل أمس أو قبل بضعة أيام.<sup>59</sup>

كل كائن حي لديه مكان للنوم. يجب أن يكون مكان تلبية الاحتياجات التي تدعم إنشاء نوم مريحة وصحية. على سبيل المثال ، يمكن في الواقع النوم أعشاش توفير الراحة. وبالمثل ، والزواحف والحشرات والحيوانات البحرية. البشر هم أيضا الكائنات الحية ، وحتى أمير كل الكائنات الحية التي تحدد سريرها الخاصة. في معنى الكلمة ، وخاصة لغرفة النوم التي توفر الراحة والصحة أثناء النوم . وإذا كان لا يلبي الشروط الصحية ، بدلا من النوم جلب المنافع ، بل وخطيرة. هناك يجب أن تتحقق الشروط الصحية الأربعة على الأقل في غرفة النوم ، من بين أمور أخرى:

57 أحمد ابراهيم شوقي ،نفس المرجع،ص143  
58 أحمد ابراهيم شوقي ،المراجع السابق،ص. 144- 145  
59 أحمد ابراهيم شوقي ،نفس المرجع ،ص.148

الأولى :أسرة ومراتب ، وكل ما في الغرفة يجب أن تكون نظيفة وخالية من الأشياء التي يمكن أن تسبب الأمراض ، إما الجرثومية الطفيلية الغبار ، وهلم جرا .الثاني : الكثير من تلوث الهواء والضوضاء والضوء الثالثة : يتم تسخين غرفة النوم خلال فصل الشتاء<sup>60</sup> .

الغالبية من الناس يحاول طرد الأمور السيئة ، أو التي لا يريد أن يعترف بها من ذهنه ، وغالبية الأحلام تعبر عن رغبات أو أحاسيس لا نريد البوح بها ، لا لأنسنا ولا للآخرين ، ولذلك فإننا نطردها بسرعة من وعينا بمجرد أن نستيقظ من النوم لعدم قدرتنا على مواجهة رغباتنا ، فنقوم بطردها إلى عالم النسيان أو نقوم بعمل الرقيب على أحلامنا .

---

60أحمد ابراهيم شوقي ،المرجع السابق ،ص.178